

**ANALISIS UPAYA GURU DALAM MENINGKATKAN MOTIVASI BELAJAR  
PENDIDIKAN JASMANI OLAHRAGA DAN KESEHATAN (PJOK) PADA  
SISWA *OVERWEIGHT* DAN OBESITAS DI MASA PANDEMI COVID-19**

**SKRIPSI**

Diajukan untuk memenuhi salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Pendidikan  
pada Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi



Oleh :

AHDAN ABDILLAH AD-DAULI

NIM. 1900160

**PROGRAM STUDI  
PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI  
DEPARTEMEN PENDIDIKAN OLAHRAGA  
FAKULTAS PENDIDIKAN OLAHRAGA DAN KESEHATAN  
UNIVERSITAS PENDIDIKAN INDONESIA  
BANDUNG  
2023**

**LEMBAR HAK CIPTA**

**ANALISIS UPAYA GURU DALAM MENINGKATKAN MOTIVASI BELAJAR  
PENDIDIKAN JASMANI OLAHRAGA DAN KESEHATAN (PJOK) PADA  
SISWA *OVERWEIGHT* DAN OBESITAS DI MASA PANDEMI COVID-19**

Oleh :

Ahdan Abdillah Ad-Dauli

Sebuah skripsi yang diajukan untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar  
Sarjana Pendidikan pada Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan

©Ahdan Abdillah Ad-Dauli

Universitas Pendidikan Indonesia

2023

Hak cipta dilindungi undang-undang

Skripsi ini tidak boleh diperbanyak seluruhnya atau sebagian

Dengan dicetak ulang atau difotocopy atau cara lainnya tanpa izin penulis

**LEMBAR PENGESAHAN**

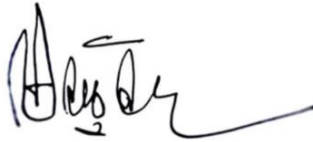
**AHDAN ABDILLAH AD-DAULI**

**NIM. 1900160**

**ANALISIS UPAYA GURU DALAM MENINGKATKAN MOTIVASI BELAJAR  
PENDIDIKAN JASMANI OLAHRAGA DAN KESEHATAN (PJOK) PADA  
SISWA *OVERWEIGHT* DAN OBESITAS DI MASA PANDEMI COVID-19**

Disetujui dan disahkan oleh Pembimbing :

Dosen Pembimbing 1 :



**Prof. Dr. Beltasar Tarigan, M.S., AIFO**

**NIP. 195603031983031005**

Dosen Pembimbing 2 :



**Agus Gumilar, S.Si., M.Pd**

**NIPI.920200119840815101**

Mengetahui,

Ketua Program Studi

Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi



**Dr. Yusuf Hidayat, S.Pd., M.Si**

**NIP. 196808301999031001**

## LEMBAR PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi dengan judul “ANALISIS UPAYA GURU DALAM MENINGKATKAN MOTIVASI BELAJAR PENDIDIKAN JASMANI OLAHRAGA DAN KESEHATAN (PJOK) PADA SISWA *OVERWEIGHT* DAN OBESITAS DI MASA PANDEMI COVID-19” ini beserta seluruh isinya adalah benar-benar karya saya sendiri. Saya tidak melakukan penjiplakan atau pengutipan dengan cara-cara yang tidak sesuai dengan etika ilmu yang berlaku dalam masyarakat keilmuan. Atas pernyataan ini, saya siap menanggung risiko/sanksi apabila di kemudian hari ditemukan adanya pelanggaran etika keilmuan atau ada klaim dari pihak lain terhadap keaslian karya saya ini.

Bandung, 12 Februari 2023

Yang membuat pernyataan  
Ahdan Abdillah Ad-Dauli

## UCAPAN TERIMAKASIH

Puji dan syukur kita panjatkan kehadiran *Illahi Rabbi* karena atas hidayah dan karunia-Nya saya dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Analisis Upaya Guru Dalam Meningkatkan Motivasi Belajar Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK) Pada Siswa *Overweight* dan Obesitas di Masa Pandemi Covid-19”.

Penulisan skripsi ini ditujukan untuk memenuhi salah satu syarat untuk memperoleh gelar sarjana pada program studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi. Pada proses penyelesaian skripsi ini, penulis mengalami berbagai kekurangan dan hambatan yang dihadapi, namun berkat kebesaran Allah SWT serta bantuan semua pihak, akhirnya penulis dapat menyelesaikan skripsi ini. Oleh karena itu dalam kesempatan yang baik ini, penulis ingin menyampaikan ucapan terima kasih kepada semua pihak yang telah banyak membantu dalam proses penyusunan skripsi ini. Pada kesempatan ini penulis menyampaikan terimakasih setulus-tulusnya kepada:

1. Keluarga tercinta, Bapak Ipan Riyanto dan Ibu Laily Ulfa, yang selama ini telah membantu penulis dengan memberikan perhatian, kasih sayang, semangat, serta tidak henti-hentinya mendoakan penulis agar penulis dapat meraih kesuksesan dan dilancarkan dalam penyusunan Skripsi ini. Terimakasih kepada adik tersayang, Arfat Irsyadulhasani yang juga memberikan dukungan kepada penulis
2. Bapak Prof. Dr. H. M Solehuddin, M.Pd., M.A., Selaku Rektor Universitas Pendidikan Indonesia.
3. Bapak Dr. H. Raden Boyke Mulyana, M.Pd., Selaku Dekan Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan Universitas Pendidikan Indonesia.
4. Bapak Dr. Yudy Hendrayana, M.Kes., AIFO., Selaku Ketua Departemen Pendidikan Olahraga Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan Universitas Pendidikan Indonesia.
5. Bapak Dr. Yusuf Hidayat, S.Pd., M.Si., Selaku Ketua Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan Universitas Pendidikan Indonesia.

6. Bapak Prof. Dr. Beltasar Tarigan, M.S., AIFO., Selaku Dosen Pembimbing I yang penuh kesabaran dan selalu memberikan bimbingan serta arahnya kepada penulis sehingga penulis dapat menyelesaikan Skripsi ini.
7. Bapak Agus Gumilar, S.Si., M.Pd., Selaku Dosen Pembimbing II yang selalu memberikan bimbingan serta motivasi agar penulis dapat menyelesaikan Skripsi ini.
8. Bapak dan Ibu Staff Dosen Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan serta karyawan dan karyawan Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan Universitas Pendidikan Indonesia.
9. Keluarga besar PJKR 2019 yang telah bersama-sama berjuang dari awal perkuliahan hingga saat ini.
10. Keluarga besar PJKR A 2019 yang selalu memberikan dukungan, semangat, serta motivasi kepada penulis sehingga penulis dapat menyelesaikan Skripsi ini.
11. Sahabat seperjuangan, Niko Maulana Indrato, Helmi Rizky Firdaus, Dandy Adhyansyah, Nur Muhammad Ervan, dan Hadi Lasmana yang selalu berjuang bersama dan saling memberikan motivasi serta dukungan agar penulis dapat menyelesaikan Skripsi ini.
12. Rekan-rekan kostan chicaritos, Ali Tijani, Muhammad Habib Ridiyanto, Fadhil Alfarizi, Asep Handaya, Bayu Ramadhani, Diana Safitri, Siti Mustika, dan Rifqi Fauzi, yang selalu memberikan motivasi agar penulis dapat menyelesaikan Skripsi ini.

Bandung, 12 Februari 2023

Ahdan Abdillah Ad-Dauli

NIM. 1900160

## ABSTRAK

### ANALISIS UPAYA GURU DALAM MENINGKATKAN MOTIVASI BELAJAR PENDIDIKAN JASMANI OLAHRAGA DAN KESEHATAN (PJOK) PADA SISWA *OVERWEIGHT* DAN OBESITAS DI MASA PANDEMI COVID-19

Ahdan Abdillah Ad-Dauli  
Email : [ahdan.abdillah@gmail.com](mailto:ahdan.abdillah@gmail.com)

Dosen Pembimbing 1 : Prof. Dr. Beltasar Tarigan, M.S., AIFO  
Dosen Pembimbing 2 : Agus Gumilar, S.Si., M.Pd

Tujuan penelitian ini untuk mengetahui hambatan yang dialami siswa *overweight* dan obesitas dalam mengikuti pembelajaran PJOK, dan bagaimana upaya guru dalam menyelesaikan hambatan siswa, serta bagaimana hambatan dan upaya guru dalam meningkatkan motivasi belajar PJOK pada siswa *overweight* dan obesitas. Penelitian ini menggunakan metode deskriptif kualitatif. Sampel yang digunakan yaitu 71 siswa dan guru PJOK yang berjumlah 4 orang. Pengambilan sampel didasarkan pada teknik purposive sampling dengan kriteria Indeks Massa Tubuh (IMT) diatas 23 atau berada dalam kategori *overweight* hingga obesitas. Instrumen yang digunakan pada penelitian ini yaitu observasi, kuesioner, dan dokumentasi. Hasil penelitian ini yaitu terdapat hambatan siswa *overweight* dan obesitas dalam mengikuti pembelajaran PJOK yaitu pada faktor internal dan eksternal. Upaya guru dalam menyelesaikan hambatan tersebut yaitu dengan membuat pembelajaran seinteraktif mungkin, menyenangkan, dan menarik sehingga siswa lebih semangat untuk mengikuti pembelajaran PJOK. Guru PJOK umumnya tidak memiliki hambatan dalam meningkatkan motivasi siswa obesitas. Adapun upaya guru dalam meningkatkan motivasi siswa obesitas yaitu dengan memberi nilai, memberi hadiah, menciptakan situasi yang melibatkan karakter siswa, memberikan tes, mengetahui hasil belajar, memberikan apresiasi, dan memberikan hukuman.

**Kata Kunci** : Upaya guru, Pendidikan Jasmani, Siswa Obesitas

## ABSTRACT

### ANALYSIS OF TEACHERS' EFFORTS IN INCREASING LEARNING MOTIVATION IN HEALTH AND SPORTS PHYSICAL EDUCATION OF *OVERWEIGHT AND OBESITY STUDENTS IN THE COVID-19 PANDEMIC*

Ahdan Abdillah Ad-Dauli  
Email : [ahdan.abdillah@gmail.com](mailto:ahdan.abdillah@gmail.com)

Advisor 1 : Prof. Dr. Beltasar Tarigan, M.S., AIFO  
Advisor 2 : Agus Gumilar, S.Si., M.Pd

The purpose of this study was to find out the obstacles experienced by overweight and obese students in participating in PJOK learning, and how the efforts of teachers in solving student obstacles, as well as how the obstacles and efforts of teachers in increasing PJOK learning motivation in overweight and obese students. This study used descriptive qualitative method. The sample used was 71 students and 4 PJOK teachers. Sampling was based on a purposive sampling technique with the criteria for a Body Mass Index (BMI) above 23 or being in the overweight to obese category. The instruments used in this study were observation, questionnaires, and documentation. The results of this study are that there are obstacles for overweight and obese students in participating in PJOK learning, namely internal and external factors. The teacher's efforts in solving these obstacles are by making learning as interactive as possible, fun and interesting so that students are more enthusiastic about participating in PJOK learning. PJOK teachers generally have no obstacles in increasing the motivation of obese students. The teacher's efforts to increase the motivation of obese students are by giving grades, giving gifts, creating situations that involve student characters, giving tests, knowing learning outcomes, giving appreciation, and giving punishments.

**Keywords:** Teacher Effort, Physical Education, Obese Students



## DAFTAR ISI

<b>LEMBAR HAK CIPTA.....</b>	<b>i</b>
<b>LEMBAR PENGESAHAN.....</b>	<b>ii</b>
<b>LEMBAR PERNYATAAN .....</b>	<b>iii</b>
<b>UCAPAN TERIMAKASIH.....</b>	<b>iv</b>
<b>ABSTRAK.....</b>	<b>vi</b>
<b>ABSTRACT .....</b>	<b>vii</b>
<b>DAFTAR ISI .....</b>	<b>viii</b>
<b>DAFTAR TABEL .....</b>	<b>x</b>
<b>DAFTAR GAMBAR.....</b>	<b>xi</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN.....</b>	<b>xii</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN .....</b>	<b>1</b>
1.1 Latar Belakang Penelitian.....	1
1.2 Rumusan Masalah .....	3
1.3 Tujuan Penelitian.....	4
1.4 Manfaat Penelitian.....	4
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA .....</b>	<b>6</b>
2.1 <i>Overweight</i> dan Obesitas .....	6
2.2 Faktor, Gejala, dan Pengukuran Obesitas.....	7
2.2.1 Faktor Penyebab Obesitas .....	7
2.2.2 Gejala dan Dampak Obesitas .....	8
2.2.3 Pengukuran Obesitas.....	9
2.3 Motivasi Belajar Siswa .....	11
2.3.1 Sifat Motivasi .....	11
2.3.2 Proses Motivasi .....	13
2.3.3 Motivasi Dalam Pembelajaran PJOK .....	15
2.3.4 Upaya Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa .....	16
2.4 Peran Guru Dalam Meningkatkan Motivasi Siswa .....	18
2.5 Hambatan Siswa Dalam Mengikuti Pembelajaran PJOK.....	19
<b>BAB III METODE PENELITIAN .....</b>	<b>21</b>
3.1 Metode Penelitian.....	21
3.2 Desain Penelitian.....	22

3.3 Tempat Penelitian.....	23
3.4 Populasi dan Sampel Penelitian .....	23
3.4.1 Populasi.....	23
3.4.2 Sampel Penelitian .....	23
3.5 Definisi Operasional .....	24
3.6 Instrumen Penelitian .....	25
3.6.1 Observasi.....	26
3.6.2 Angket (Kuesioner) .....	26
3.1.1 Dokumentasi.....	33
3.2 Validitas dan Uji Keabsahan Data.....	33
3.3 Prosedur Penelitian .....	34
3.4 Teknik Pengumpulan Data.....	35
3.5 Teknik Analisis Data .....	35
<b>BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....</b>	<b>38</b>
4.1 Penyajian Data .....	38
4.1.1 Hasil Observasi.....	39
4.1.2 Hasil Kuesioner .....	44
4.2 Pembahasan Hasil Penelitian .....	53
<b>BAB V KESIMPULAN, SARAN, DAN IMPLIKASI .....</b>	<b>58</b>
5.1 Kesimpulan .....	58
5.2 Saran .....	60
5.3 Implikasi .....	60
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>61</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN .....</b>	<b>68</b>

## DAFTAR TABEL

<b>Tabel 2 1</b> Tingkatan Obesitas Menurut Klasifikasi WHO .....	10
<b>Tabel 3 1</b> Kisi-Kisi Instrumen Hambatan Guru.....	28
<b>Tabel 3 2</b> Kisi-Kisi Instrumen Upaya Guru.....	29
<b>Tabel 3 3</b> Kisi-Kisi Instrumen Hambatan Siswa.....	30
<b>Tabel 3 4</b> Uji Reabilitas Angket.....	31
<b>Tabel 3 5</b> Tabel Skala Likert .....	32
<b>Tabel 4 1</b> Daftar Guru PJOK di SMAN 1 Soreang.....	39
<b>Tabel 4 2</b> Frekuensi Kuesioner Hambatan Guru.....	44
<b>Tabel 4 3</b> Frekuensi Kuesioner Upaya Guru .....	47
<b>Tabel 4 4</b> Frekuensi Kuesioner Hambatan Siswa .....	50

## DAFTAR GAMBAR

<b>Gambar 2 1</b> Pengukuran Obesitas .....	10
<b>Gambar 2 2</b> Proses Motivasi Dasar .....	13
<b>Gambar 2 3</b> Proses Motivasi .....	14
<b>Gambar 3 1</b> Desain Observasi.....	22
<b>Gambar 4 1</b> Kategori Siswa Obesitas di SMAN 1 Soreang .....	38
<b>Gambar 4 2</b> Kategori Siswa Obesitas Berdasarkan Kelas .....	40
<b>Gambar 4 3</b> Kategori Siswa Obesitas Berdasarkan Pengukuran IMT .....	40
<b>Gambar 4 4</b> Kategori Siswa Obesitas Berdasarkan Gender .....	41
<b>Gambar 4 5</b> Dokumentasi Guru PJOK Saat Mengajar Permainan Bola Voli .....	43
<b>Gambar 4 6</b> Dokumentasi Saat Guru PJOK Melakukan Sesi Tanya-Jawab .....	43
<b>Gambar 4 7</b> Dokumentasi Saat Guru PJOK Mengecek Kehadiran Siswa .....	43
<b>Gambar 4 8</b> Dokumentasi Saat Siswa Mempelajari Permainan Bola Basket.....	44

## DAFTAR LAMPIRAN

<b>Lampiran 1</b> Kuesioner Hambatan Guru .....	68
<b>Lampiran 2</b> Kuesioner Upaya Guru .....	70
<b>Lampiran 3</b> Kuesioner Hambatan Siswa .....	73
<b>Lampiran 4</b> Daftar Siswa Obesitas.....	76
<b>Lampiran 5</b> Hasil Uji Validitas Angket Hambatan Guru .....	79
<b>Lampiran 6</b> Hasil Uji Validitas Angket Upaya Guru.....	79
<b>Lampiran 7</b> Hasil Uji Validitas Instrumen Hambatan Siswa .....	80
<b>Lampiran 8</b> Hasil Analisis Data .....	81
<b>Lampiran 9</b> Surat Izin Penelitian .....	84
<b>Lampiran 10</b> Surat Balasan Dari Sekolah .....	85
<b>Lampiran 11</b> SK Skripsi .....	86
<b>Lampiran 12</b> Peraturan Terkait Pemberhentian PPKM.....	91
<b>Lampiran 13</b> Peraturan Terkait Pembelajaran Luring.....	96
<b>Lampiran 14</b> Dokumentasi Saat Penelitian .....	99

## DAFTAR PUSTAKA

- Abdussamad, H. Z., & SIK, M. S. (2021). *Metode penelitian kualitatif*. CV. Syakir Media Press.
- Abidin, A. M. (2017). *MOTIVASI PARTISIPASI PESERTA UKM OLAHRAGA DI FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN UNIVERSITAS NEGERI SURABAYA*. <http://ejournal.unesa.ac.id/index.php/jurnal-pendidikan-jasmani/issue/archive>
- Agave, Q. (2020). Teknik Dokumentasi Dan Pelaporan Dalam Tataran Klinik. *Jurnal Keperawatan Indonesia*, 2(1), 17.
- Ajmi, A. N. (2021a). ANALISIS HAMBATAN SISWA SAAT PEMBELAJARAN PENDIDIKAN JASMANI PADA MASA PEMBELAJARAN JARAK JAUH (PJJ). *Skripsi*. <http://repository.upi.edu/id/eprint/68919>
- Ajmi, A. N. (2021b). ANALISIS HAMBATAN SISWA SAAT PEMBELAJARAN PENDIDIKAN JASMANI PADA MASA PEMBELAJARAN JARAK JAUH (PJJ) (Studi Deskriptif Pada Siswa Kelas 5B dan 5C SDN 138 Gegerkalong Girang). *Skripsi*.
- Ali, H. (2010). *Peningkatan Hasil Belajar Biologi Siswa Melalui Penggunaan Model Pembelajaran Kooperatif Make A Match Pada Konsep Reproduksi Manusia Di Kelas IX B SMP Negeri 2 Pangsid (The Improvement of The Students' Biology Learning Result Through The Application of Ma*.
- ANIF, T. S. (2020). ANALISIS UPAYA GURU DALAM MENINGKATKAN MOTIVASI BELAJAR SISWA SEKOLAH MENENGAH ATAS NEGERI 2 TAMBANG. *UIN Suska Riau*, 1–171. <https://doi.org/10.1088/1751-8113/44/8/085201>
- Arianti. (2018). *Peranan Guru Dalam Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa*. 117–134.
- Arikunto, S. (2010). *Metode peneltian*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Arikunto, S. (2013). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Rineka Cipta.
- Asrori, M. M. (2018). *PERAN GURU DALAM PENCAPAIAN STANDAR PROSES PENDIDIKAN*.
- Asta, D. (2018). *13 Hambatan Psikologis Dalam Belajar*. <https://dosenpsikologi.com/hambatan-psikologis-dalam-belajar>
- Bachri, B. S. (2010). Meyakinkan Validitas Data Melalui Triangulasi Pada Penelitian Kualitatif. *Teknologi Pendidikan*, 10, 46–62.
- Bahrn, S., Alifah, S., & Mulyono, S. (2018). Rancang Bangun Sistem Informasi Survey Pemasaran dan Penjualan Berbasis Object Oriented Programming. *TRANSISTOR Elektro Dan Informatika*, 2(2), 81–88.

- Bandung, D. K. K. (2018). *Data Penderita Obesitas Berusia > 15 Tahun*. [http://data.bandung.go.id/beta/index.php/portal/detail\\_data/79e64bed-73a0-4715-b544-6d6f72e68035](http://data.bandung.go.id/beta/index.php/portal/detail_data/79e64bed-73a0-4715-b544-6d6f72e68035)
- Basuki, G., & Hartati, S. (2013). THE MEANING OF OBESITY. *Department of Psychology of Diponegoro University*. <https://doi.org/10.14527/9786050370454.06>
- Blasius Sudarsono. (2003). Dokumentasi, Informasi, Dan Demokratisasi. *Baca: Jurnal Dokumentasi Dan Informasi*, 27(1). <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.14203/j.baca.v27i1.67>
- Creswell, J. W. (2002). Desain penelitian. *Pendekatan Kualitatif & Kuantitatif*, Jakarta: KIK, 121–180.
- Dewi, M. C. (2015). Faktor-Faktor yang Menyebabkan Obesitas. *Majority*, 4(8), 53–56.
- Dixon, A. E., & Peters, U. (2018). The effect of obesity on lung function. *Expert Review of Respiratory Medicine*, 12(9), 755–767. <https://doi.org/10.1080/17476348.2018.1506331>
- Elly Manizar. (2015). *PERAN GURU SEBAGAI MOTIVATOR DALAM BELAJAR*.
- Emda, A. (2017). KEDUDUKAN MOTIVASI BELAJAR SISWA DALAM PEMBELAJARAN. In *Lantanida Journal* (Vol. 5, Issue 2).
- Etikan, I. (2016). Comparison of Convenience Sampling and Purposive Sampling. *American Journal of Theoretical and Applied Statistics*, 5(1), 1. <https://doi.org/10.11648/j.ajtas.20160501.11>
- Fadli, R. (2020). *Jangan Anggap Remeh, Ini Dampak Obesitas*. <https://www.halodoc.com/artikel/10-dampak-negatif-obesitas-yang-harus-kamu-ketahui>
- Fairudz, A., & Nisa, K. (2015). Pengaruh serat pangan terhadap kadar kolesterol penderita *overweight*. *Medical Journal Of Lampung University*, 4(8), 121–126.
- Gill, S. V, Ayoub, M. J., Mueser, K. T., & McGurk, S. R. (2022). Motor Skill, Motor Planning, and Motor Performance in Adults with Severe Mental Illnesses and Obesity. *Journal of Motor Behavior*, 54(4), 447–456.
- Gunarsa, S. D. (1991). *Psikologi praktis: anak, remaja dan keluarga*. BPK Gunung Mulia.
- Hamni, N. F. (2016). Instrumen Penelitian. *Journal Metode Penelitian*, 59–75.
- Handayani, R. D. (2017). ANALISIS MOTIVASI INTRINSIK DAN EKSTRINSIK MAHASISWA CALON GURU FISIKA. *Digital Repository Universitas Jember*.

- Hasan, M. I. (2018). Ahmadi, Rulam. Metodologi Penelitian Kualitatif (Yogyakarta: Ar-Ruzz Media, 2014). Bungin, M. Burhan. Penelitian Kualitatif: Komunikasi, Ekonomi, Kebijakan Publik, dan Ilmu Sosial Lainnya,(jakarta: Kencana, 2007). Departemen pendidikan dan kebudayaan, Kam. *Focus*, 1(3).
- Hasanah, H. (2017). *Teknik-Teknik Observasi*. 8(1), 21. <https://doi.org/10.21580/at.v8i1.1163>
- Herdayati, S. P., Pd, S., & Syahrial, S. T. (2019). Desain Penelitian Dan Teknik Pengumpulan Data Dalam Penelitian. *ISSN 2502-3632 ISSN 2356-0304 J. Online Int. Nas. Vol. 7 No. 1, Januari–Juni 2019 Univ. 17 Agustus 1945 Jakarta*, 53(9), 1689–1699.
- Idzhar, A. (2016). Peranan Guru Dalam Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa SMK Negeri 1 Bantaeng. *Jurnal Office*, 2(2), 222–228.
- Ihsan, H. (2016). Validitas Isi Alat Ukur Penelitian Konsep Dan Panduan Penilaiannya. *PEDAGOGIA Jurnal Ilmu Pendidikan*, 13(2), 266. <https://doi.org/10.17509/pedagogia.v13i2.3557>
- Indonesia, K. B. B. (n.d.). *Arti Kata Motivasi*. <https://kbbi.web.id/motivasi>
- Indonesia, K. K. R. (n.d.). *Apa Yang Dimaksud Dengan Obesitas*. <http://p2ptm.kemkes.go.id/informasi-p2ptm/obesitas>
- Indonesia, K. K. R. (2018a). *Klasifikasi Obesitas setelah pengukuran IMT*. <http://p2ptm.kemkes.go.id/infographic-p2ptm/obesitas/klasifikasi-obesitas-setelah-pengukuran-imt>
- Indonesia, K. K. R. (2018b). *Laporan Nasional Riset Kesehatan Dasar*. <https://dinkes.kalbarprov.go.id/wp-content/uploads/2019/03/Laporan-Riskesda-2018-Nasional.pdf>
- Ismail. (2016). DIAGNOSIS KESULITAN BELAJAR SISWA DALAM PEMBELAJARAN AKTIF DI SEKOLAH. In *Diagnosis Kesulitan Belajar Siswa...* □ *Jurnal Edukasi* (Vol. 2, Issue 1).
- Isti Pujihastuti. (2010). *PRINSIP PENULISAN KUESIONER PENELITIAN*.
- Janti, S. (2014). Analisis Validitas dan Reliabilitas Dengan Skala Likert Terhadap Pengembangan SI/TI Dalam Penentuan Pengambilan Keputusan Penerapan Strategic Planning Pada Industri Garmen. *SNAST: Prosiding Seminar Nasional Aplikasi Sains & Teknologi 2014, November*, 159.
- Kirana, C. Z., & Badri, A. N. A. (2020). Peranan Apresiasi Guru Terhadap Antusias Belajar Siswa Kelas XI Madrasah Aliyah Hasan Muchyi. *SALIMIYA: Jurnal Studi Ilmu Keagamaan Islam*, 1(3), 175–193. <https://ejournal.iaifa.ac.id/index.php/salimiya>
- KN, J. D., Abduljabar, B., & Hambali, B. (2019). *Aplikasi Statistika Dalam Penjas*. CV Bintang Warliartika.



- Kurdanti, W., Suryani, I., Syamsiatun, N. H., Siwi, L. P., Adityanti, M. M., Mustikaningsih, D., & Sholihah, K. I. (2015). Faktor-faktor yang mempengaruhi kejadian obesitas pada remaja. *Genes and Diseases*, 8(4), 484–492. <https://doi.org/10.1016/j.gendis.2020.11.005>
- Lestari, M. F. (2019). Pengaruh Pelatihan Terhadap Motivasi Kerja Karyawandi PT. Harmoni Mitra Utama Cabang Samarinda. *Jurnal Ekonomi Dan Manajemen*, 13(2), 92–103.
- MacLean, K. F. E., Callaghan, J. P., & Maly, M. R. (2016). Effect of obesity on knee joint biomechanics during gait in young adults. *Cogent Medicine*, 3(1), 1173778. <https://doi.org/10.1080/2331205x.2016.1173778>
- Mania, S. (2008). Observasi Sebagai Alat Evaluasi Dalam Dunia Pendidikan Dan Pengajaran. *Lentera Pendidikan : Jurnal Ilmu Tarbiyah Dan Keguruan*, 11(2), 220–233. <https://doi.org/10.24252/lp.2008v11n2a7>
- Maya, O. :, & Pramesti, W. (n.d.). *MOTIVASI: PENGERTIAN, PROSES DAN ARTI PENTING DALAM ORGANISASI*.
- Mulyadi, M. (2011). *PENELITIAN KUANTITATIF DAN KUALITATIF SERTA PEMIKIRAN DASAR MENGGABUNGKANNYA* (Vol. 15, Issue 1).
- Muskanan, K. (2015). Analisis Motivasi Berprestasi Atlet Pusat Pendidikan dan Latihan Olahraga Pelajar (PPLP) Provinsi Nusa Tenggara Timur. *Jurnal Kebijakan & Administrasi Publik*, 19(2). <http://journal.ugm.ac.id/jkap>
- Nawawi, H. H. (2005). *Metode penelitian bidang sosial*.
- Noya, O. J. (2014). *Motivasi dalam Organisasi Pemerintahan di Daerah*.
- Nugrahaeni, S. A., & Margawati, A. (2014). Pengaruh modul terhadap peningkatan pengetahuan, sikap dan praktek kader dalam upaya pemberian ASI eksklusif. *Gizi Indonesia*, 37(1), 19–28.
- Nurhadi, J. Z. L., & Fatahillah. (2020). Pengaruh Pandemi Covid-19 Terhadap Tingkat Aktivitas Fisik Pada Masyarakat Komplek Pratama, Kelurahan Medan Tembung. *Jurnal Health Sains*, 1(5), 294–299.
- Pramiyati, T. (2017). PERAN DATA PRIMER PADA PEMBENTUKAN SKEMA KONSEPTUAL YANG FAKTUAL (STUDI KASUS: SKEMA KONSEPTUAL BASISDATA SIMBUMIL). *Jurnal SIMETRIS*, 8.
- Pranatawijaya, V. H., Widiatry, W., Priskila, R., & Putra, P. B. A. A. (2019). Penerapan Skala Likert dan Skala Dikotomi Pada Kuesioner Online. *Jurnal Sains Dan Informatika*, 5(2), 128–137. <https://doi.org/10.34128/jsi.v5i2.185>
- Pratiwi, D. (2016). *HUBUNGAN ASUPAN SERAT DENGAN KEJADIAN OVERWEIGHT PADA REMAJA KELAS VIII DI SMP NEGERI 4 KOTA BENGKULU*. 1–23.
- Priansa, D. J., & Suwatno. (2011). Manajemen SDM dalam organisasi Publik dan

Bisnis. Bandung: Alfabeta.

- Purnama, I., M. Insyah Musa, N., & Mislinawati, M. (2018). Kendala Guru Memotivasi Siswa Dalam Proses Pembelajaran Di Sd Negeri 46 Banda Aceh. *Jurnal Pesona Dasar*, 6(1), 63–78. <https://doi.org/10.24815/pear.v6i1.10705>
- Putra, A. K., & Frianto, A. (2013). *Pengaruh Motivasi Intrinsik dan Motivasi Ekstrinsik Terhadap Kepuasan Kerja*.
- Ridha, M. (2020). Teori Motivasi Mccllelland dan Implikasinya dalam Pembelajaran PAI. *Palapa*, 8(1), 1–16. <https://doi.org/10.36088/palapa.v8i1.673>
- Ridwan, M., Ulum, B., Muhammad, F., Indragiri, I., & Sulthan Thaha Saifuddin Jambi, U. (2021). *Pentingnya Penerapan Literature Review pada Penelitian Ilmiah (The Importance Of Application Of Literature Review In Scientific Research)*. <http://journal.fdi.or.id/index.php/jmas/article/view/356>
- Safitri, E., & Sontani, uep tatang. (2016). *Keterampilan mengajar guru dan motivasi belajar siswa sebagai determinan terhadap hasil belajar* (Vol. 1, Issue 1). <http://ejournal.upi.edu/index.php/jpmanper/article/view/00000>
- Sajawandi, L. (2015). Pengaruh Obesitas pada Perkembangan Siswa Sekolah Dasar dan Penanganannya dari Pihak Sekolah dan Keluarga. *Jurnal Pendidikan Sekolah Dasar (JPSD) UNTIRTA*, 1(2), 1–13.
- Sari, I. M., Sulistyani, H., & Yuniarly, E. (2019). Hubungan Obesitas dengan kondisi jaringan periodontal masyarakat wilayah puskesmas Ranggo NTB. *Pengertian Obesitas, March*, 6–19.
- Soegih, R., & Wiramihardja, K. K. (2009). *Obesitas Permasalahan Dan Terapi Klinis*. Jakarta.
- Subandi, Anubhakti, D., & Vallendito, B. (2017). *RANCANG BANGUN KUESIONER SURVEY BERBASIS WEB*.
- Sugiyono. (2022). *Metode Penelitian Kualitatif* (S. Y. Sofia (ed.); 3rd ed.). ALFABETA.
- Sugiyono, S., & Kartono, K. (2013). *Peningkatan Keterlibatan Siswa secara Aktif dalam Pembelajaran IPA Menggunakan Metode Eksperimen di Kelas IV*. Tanjungpura University.
- Sujarweni, V. W., & Utami, L. R. (2019). *The master book of SPSS*. Anak Hebat Indonesia.
- Sulistyorini, L. (2014). Jurnal Keperawatan Soedirman (The Soedirman Journal of Nursing), Volume 9, No.1. *PERBEDAAN PRESTASI BELAJAR ANAK OBESITAS DAN TIDAK OBESITAS DI SEKOLAH DASAR KABUPATEN JEMBER*, 9(1), 38–44. <http://www.jks.fikes.unsoed.ac.id/index.php/jks/article/view/97>

- Sumanto, A. (2009). *Tetap Langsing dan Sehat dengan Terapi Diet*. AgroMedia.
- susantiningasih, tiwuk. (2015). Obesitas Dan Stress Oksidatif. *Jurnal Kesehatan Universitas Lampung*, 5, 219–225.
- Susanto, N. (2020). PENGARUH VIRUS COVID 19 TERHADAP BIDANG OLAHRAGA DI INDONESIA Nugroho. *Journal Stamina*, 3(3), 145.
- Suwarno, T. H. (2014). Pengaruh Motivasi Intrinsik dan Kemampuan Terhadap Kinerja Karyawan. *Pengaruh Motivasi Intrinsik... Jurnal Ilmu Manajemen* |, 2(3), 928–940.
- Tarigan, B. (2019). *Optimalisasi Pendidikan Jasmani dan Olahraga yang Berlandaskan Ilmu Faal Olahraga*. 5, 7.
- Thalha, O., Dan, A., Anufia, B., & Islam, E. (2019). *RESUME: INSTRUMEN PENGUMPULAN DATA*.
- Ul'fah Hernaeny, M. P. (2021). Populasi Dan Sampel. *Pengantar Statistika*, 1, 33.
- Ulfah, U., Supriani, Y., & Arifudin, O. (2022). Kepemimpinan Pendidikan di Era Disrupsi. *JIP-Jurnal Ilmiah Ilmu Pendidikan*, 5(1), 153–161.
- Vaamonde, J. G., & Álvarez-Món, M. A. (2020). Obesity and *overweight*. *Medicine (Spain)*, 13(14), 767–776. <https://doi.org/10.1016/j.med.2020.07.010>
- Widiantini, W., & Tafal, Z. (2014). Aktifitas fisik stress dan obesitas pada PNS. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Nasional Vol.*, 8(7), 330–336. <http://journal.fkm.ui.ac.id/kemas/article/view/374>
- Wijaksana, I. K. E. (2016). INFECTOBESITY DAN PERIODONTITIS: HUBUNGAN DUA ARAH OBESITAS DAN PENYAKIT PERIODONTAL. In *ODONTO Dental Journal* (Vol. 3).
- Wulandari, S., Lestari, H., & Fachlevy, A. (2016). Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Obesitas Pada Remaja Di Sma Negeri 4 Kendari Tahun 2016. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Kesehatan Masyarakat Unsyiah*, 1(3), 186655.
- Yang, Y., Shields, G. S., Guo, C., & Liu, Y. (2018). Executive function performance in obesity and *overweight* individuals: A meta-analysis and review. *Neuroscience and Biobehavioral Reviews*, 84, 225–244. <https://doi.org/10.1016/j.neubiorev.2017.11.020>
- Yuliani, W. (2018). *QUANTA METODE PENELITIAN DESKRIPTIF KUALITATIF DALAM PERSPEKTIF BIMBINGAN DAN KONSELING*. 2(2). <https://doi.org/10.22460/q.v2i1p21-30.642>
- Yunita Utami, D., & Erwin Setyo Kriswanto, dan. (2019). Hubungan minat olahraga dan psychological well-being terhadap prokrastinasi peserta didik di sekolah menengah atas. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, 15(2), 41–49.

- Yusup, F. (2018). Uji validitas dan reliabilitas instrumen penelitian kuantitatif. *Tarbiyah: Jurnal Ilmiah Kependidikan*, 7(1).
- Zamzani, M., Hadi, H., & Astiti, D. (2017). Aktivitas fisik berhubungan dengan kejadian obesitas pada anak Sekolah Dasar. *Jurnal Gizi Dan Dietetik Indonesia (Indonesian Journal of Nutrition and Dietetics)*, 4(3), 123–128.
- Zellatifanny, C. M., & Mudjiyanto, B. (2018). TIPE PENELITIAN DESKRIPSI DALAM ILMU KOMUNIKASI THE TYPE OF DESCRIPTIVE RESEARCH IN COMMUNICATION STUDY. In *Jurnal Diakom* (Vol. 1, Issue 2).